

Angela Bachlechner / Stefan Schöttl / Hannes Wechner

Stark fürs Leben

Der kreative Firmkurs

Das Werkbuch für Begleiterinnen und Begleiter

Inhalt

Stark fürs Leben

Seite

4	Firmvorbereitung als Bestärkung	
5	Auf die Plätze, fertig ... HALT! Grundlegendes zum Arbeiten mit der Firmgruppe	K0
15	„Das erste Mal“ Die Gruppe lernt laufen	K1
25	Leben in Beziehungen Am Du zum Ich werden	K2
35	Oh (m)ein Gott! Abschied vom kindlichen Gottesbild	K3
47	Heiliger Geist Begleitet, bestärkt und begeistert	K4
59	Sprung ins Leben Firmung als Bestärkung beim Erwachsenwerden	K5
69	Hormone & Co Stürmische Zeiten	K6
79	Symbole – Sakramente – Firmensymbole Von den Dingen hinter den Dingen	K7
91	Was noch wesentlich ist ... Ein Kapitel für Firmverantwortliche und Interessierte	K8
108	Glossar	

FIRMVORBEREITUNG ALS BESTÄRKUNG

Ziel der Firmung ist es, jungen Menschen die Stärkung durch den Heiligen Geist für das Leben und seine Aufgaben spür- und erlebbar zu machen. Das ist keine reine „Kopfsache“. Erlebnisse können helfen, das zu erahnen, was Firmung ausmacht. Vertrauen in die stärkende Kraft des Heiligen Geistes hat mit Beziehung zu tun und nicht mit festgeschriebenem Wissen. Deswegen arbeitet dieser Behelf weitgehend erlebnisorientiert und verzichtet auch auf das klassische Begleitheft für den Firmling. An seine Stelle tritt eine Box mit Gegenständen und Symbolen, die einen emotionalen und persönlichen Zugang zu einzelnen Themen vermitteln.

Dieses Werkbuch setzt bei den FirmbegleiterInnen an und möchte sie dazu anregen, aus ihrem Schatz an Lebens- und Glaubenserfahrung den Jugendlichen etwas mitzugeben. Sie finden dazu eine Fülle an pädagogischen und methodischen Hilfen samt den dazugehörenden theologischen Hintergründen.

WIE ARBEITE ICH MIT DIESEM BEHELFE?

Methodenbausteine

Der Behelf bietet eine Fülle unterschiedlicher Methoden. Diese sind als Angebot gedacht und müssen nicht von Anfang bis zum Ende „abgearbeitet“ werden. Wähle aus den einzelnen Kapiteln die Methoden mit Blick auf die Gruppe und deine eigenen Vorlieben aus. Pro Kapitel haben wir jeweils drei Methoden als Einstieg, Vertiefung und Abschluss zusammengestellt.

Eine erweiterte Methodensammlung findet sich auf der Website www.firmung.at. Auf dieser sind ebenfalls Filme und Fotostrecken zu finden, die als Unterstützung gedacht sind, um einzelne Methoden besser zu verstehen.

Aufbauschema der Kapitel

Einführung: Ein kurzer Text gibt Auskunft darüber, was dich in diesem Kapitel erwartet und warum dieses Thema in der Firmvorbereitung eine Rolle spielt.

Reflexionsfragen für dich als FirmbegleiterIn:

Diese Fragen machen dir deine persönlichen Lebenserfahrungen mit dem Thema bewusst. Du hast zu diesem Thema etwas zu sagen, weil du Erlebnisse und Erfahrungen damit verbindest. Du bist die Botschaft.

Methoden: Sie sind in Einstiegs-, Vertiefungs- und Abschlussphase gegliedert. Es können auch Methoden aus verschiedenen Kapiteln kombiniert werden.

Modellabläufe für jedes Kapitel

Am Ende jedes Kapitels finden sich drei mögliche Modellabläufe eines Firmtreffens. Sie sind als Vorschlag zur schnelleren Orientierung gedacht; natürlich sind auch andere Methodenkombinationen möglich und zielführend.

Materialien, Fotostrecken, Videos ... ein erweiterter Behelf im WWW

Unter <http://behelf.firmung.at> und dem jeweiligen Code findest du Kopiervorlagen bzw. weitere Methoden. Das Angebot reicht von Materialblättern bis zu Fotostrecken und kleinen Filmen, die man auch mit einem QR-Code rasch auf das Handy herunterladen kann.

Die Firmbox – Materialien für das Arbeiten mit dem Behelf

Die Box ersetzt das sonst übliche Arbeitsheft für die Firmlinge und kann – muss aber nicht – für jeden Firmling angeschafft werden. Sie enthält Gegenstände, die einer kreativen Auseinandersetzung mit den Inhalten der einzelnen Kapitel dienen: z. B. in Form von kleinen Bausätzen, Symbolen, Texten ...

Im Laufe der Vorbereitung teilt der/die BegleiterIn die entsprechenden Materialien aus.

KO

Auf die Plätze, fertig ... HALT!

Grundlegendes zum Arbeiten
mit der Firmgruppe

Was willst du, das ich dir tue?

Mk 10,51

K0 – AUF DIE PLÄTZE, FERTIG ... HALT!

Bevor ich mit Firmlingen arbeite, macht es Sinn, mich als BegleiterIn darauf vorzubereiten. Ein paar Anregungen dazu finden sich in diesem Kapitel:

- 1 Prinzipien für das Arbeiten mit jungen Menschen (Seite 7)
- 2 Roter Faden für ein Gruppentreffen (Seite 8)
- 3 Religiöse Elemente in der Firmvorbereitung (Seite 9)
- 4 Was tun, wenn es nicht läuft? (Seite 10)
- 5 Aktivierende Übungen (Seite 11)

Reflexionsfragen

- Stell dir zwei unterschiedliche Firmlinge vor und frage dich: Was ist den beiden wichtig in Bezug auf Familie, Ausbildung, Freizeit, Religion und Glaube?
- Was ist meine Motivation, mein persönliches Ziel für die Firmvorbereitung?
- Wie verhalte ich mich, wenn es in der Gruppe Spannungen gibt?
- Wann fühle ich mich beim Beten wohl?



1. PRINZIPIEN FÜR DAS ARBEITEN MIT JUNGEN MENSCHEN

Drei Grundregeln

- **Haltung vor Methode:** Die beste Methode nützt nichts, wenn ich wenig Verständnis für Jugendliche habe.
- **Beziehung vor Inhalt:** Erst wenn es eine gute Beziehung untereinander gibt, ist der Boden für Inhalte bereitet.
- **Glaube entzündet sich an Personen – nicht an Inhalten oder Dingen.** Ich als Person bin das wichtigste Werkzeug, die intensivste Methode.

EINE SITUATION – ZWEI WEGE ...

Es ist Freitag, 17 Uhr. Wie vereinbart sollten die Firmlinge (13/14 Jahre) in der Wohnung von Marlies (27 Jahre) erscheinen. Es ist bereits das dritte Treffen. Marlies hat sich für heute das Thema Gott vorgenommen und sich gemeinsam mit ihrer Freundin Sarah (31 Jahre) auf diese Einheit sorgfältig vorbereitet. Leider ist Sarah heute verhindert.

Die ersten Firmlinge treffen, wie gewöhnlich, mit leichtem Getöse ein.

Kurz nach fünf Uhr beginnt Marlies die Stunde. Sie ist ein wenig nervös und startet, sobald alle eingetroffen sind, mit einem Song, den sie über ihren MP3-Player abspielt. Dazu liest sie einen Text, der zum Thema hinführt. Der Text ist gut, sehr gut sogar, Marlies ist sich sicher, dass dieser die Firmlinge für das Thema sensibilisiert.

Aber stattdessen kichern einige der Firmlinge, necken sich. Die Situation ist weit entfernt von einer meditativen Hinführung. „Jetzt haltet mal den Mund ...“, zischt Marlies in die Runde.

Nach dem Einstieg teilt sie die Gruppe in zwei Teile: Jede Kleingruppe bekommt toll vorbereitete Blätter. Es soll gemeinsam ein Bild entstehen. Ein Wasserbecher fällt um und ergießt sich über den Boden. Gelächter und Gejohle von Seiten der Firmlinge. Zudem „verirren“ sich einige Malstriche der Wachsmalkreiden auf den Fußboden ... Marlies ist den Tränen nahe.

Bei der anschließenden Diskussion schalten die Firmlinge auf „Durchzug“. Marlies entschließt sich aber doch, den letzten Teil der Vorbereitung „durchzuziehen“. War die Vorbereitung doch sehr zeitaufwändig ... „und jetzt werde ich dieses tolle Programm auch noch machen“. Die Stimmung wechselt zu Aggressivität und Frust.

Kommentar eines Firmlings wenig später auf Facebook: „... heut war ich wieder mal bei einem voll firmschei ...“

oder so:

Der Text ist gut, sehr gut sogar, Marlies ist sich sicher, dass dieser die Firmlinge für das Thema sensibilisiert. Stattdessen kichern einige der Firmlinge, necken sich. Die Situation ist weit entfernt von einer meditativen Hinführung. Marlies schaltet die Musik aus – erstaunte Gesichter der Firmlinge. „Was ist heute los?“, fragt sie in die Runde. Nach einigem Hin und Her wird klar: Es gab heute in der Klasse Streit. Zwei Mädchen dieser Klasse sind in der Firmgruppe. Es ergibt sich ein angeregtes Gespräch über Freundschaften, Beziehungen und auch das Thema erste Liebe wird andiskutiert. Die Firmlinge lauschen, teils beeindruckt, den „Lebenserzählungen“ von Marlies, fragen nach, ergänzen mit eigenen Erlebnissen.

Das Treffen endet weit später als geplant, das Thema Gott ist eigentlich nicht bearbeitet

worden. Kommentar eines Firmlings wenig später auf Facebook: „... heut war ich firm-treffen, cruisige diskussion ...“

Was macht den Unterschied?

Beim ersten geschilderten Ablauf machen sich Frust und Unlust breit. Krampfhaftes Festhalten am Konzept hält davon ab, die Jugendlichen wahr- und ernst zu nehmen. Der Inhalt steht vor der Beziehungsebene und dieser im Weg. Tatsache ist, dass über das Thema Gott zwar gesprochen wurde, aber von der eigentlichen Botschaft haben die Firmlinge wenig mitgenommen.

Im zweiten geschilderten Ablauf wurde das vorbereitete Thema erst gar nicht angesprochen. Doch es wurde sehr viel erreicht – es wurde Beziehung geschaffen. Die Firmlinge haben das Gefühl: „Die“ nimmt uns ernst, wir sind „ihr“ wichtig. Das bedeutet einen großen Vertrauensgewinn auf beiden Seiten. Das nächste Treffen wird sicher unter anderen Vorzeichen stattfinden.

WIE AUF JUGENDLICHE/FIRMLINGE ZUGEHEN?

Es gibt kein immer und überall funktionierendes Grundrezept, aber ein paar sehr wirk-same Zutaten, die das Miteinander in einer (Firm-)Gruppe gelingen lassen.

- **Jugendliche wahrnehmen und annehmen:** Der erste Schritt, um mit Jugendlichen zu arbeiten, ist, sie wahrzunehmen und diese Wahrnehmung zu reflektieren. Was sagen sie durch Kleidung, Musik, Sprüche, Haltungen, ...? Und: Was löst dieses Auftreten bei mir aus?

- **Authentisch sein:** Jugendliche spüren sehr schnell, ob das, was man ihnen vermitteln will, auch dem entspricht, was den Begleiter, die Begleiterin bewegt. Authentisch sein heißt, auch zu den möglichen Zweifeln, die Glaube und Religiosität mit sich bringen, zu stehen. Eine intensive eigene – oder besser: eine intensive gemeinsame – Auseinander-setzung der BegleiterInnen mit den Themen, die in der Firmvorbereitung angesagt sind, kann Wunder wirken.

- **Prozessorientierung** ... bedeutet zuzulassen, dass Thema wird, was in der Gruppe gerade Thema ist. Das gilt besonders für den Beginn der Firmvorbereitung und jedes Treffens. Diesem genügend Zeit und Aufmerksamkeit zu geben, zahlt sich aus. Austausch und inhaltliches Arbeiten ist erst möglich, wenn ein gewisses Maß an gegenseitigem Vertrauen vorhanden ist. Die Themen, mit denen sich die Jugendlichen in der Firmvorbereitung auseinandersetzen werden, verlangen dieses Vertrauen.

2. ROTER FADEN FÜR EIN GRUPPENTREFFEN

Jede Gruppe besteht aus einzelnen Personen in ihren je eigenen Rollen. Die Gruppe unterliegt so, vor allem am Anfang, eigenen Dynamiken. Um diese Kräfte positiv nutzen und den geplanten Themenbereich gut erarbeiten zu können, muss ich als BegleiterIn einen Plan haben, wie ich a) auf die Gruppe eingehe und b) das Thema aufbaue.

Ein inhaltliches Treffen lässt sich grob in eine Anfangsphase und drei inhaltliche Phasen einteilen (vgl. dazu den Aufbau der jeweiligen Kapitel dieses Buches).

- **Ankommen:** Alle kommen mit verschiedenen Erfahrungen, unterschiedlicher Laune, mehr oder weniger motiviert zur Firmstunde. Am Beginn soll Zeit sein zum Ankommen – nicht nur körperlich, sondern auch geistig. Einstiegsrituale (siehe K 1, ab S. 17) geben hier Sicherheit, weil die Firmlinge wissen, womit sie rechnen können. Jeder Junge, jedes Mädchen soll zu Wort kommen. Dadurch fühlt er/sie sich wahrgenommen und gehört.

Die gewählten Rituale bzw. Spiele werden nach den Vorlieben der Gruppenmitglieder, des Begleiters, der Begleiterin ausgewählt. Z. B. wird in jeder Firmstunde zu Beginn ein Lied gesungen, weil die Firmlinge sehr gerne singen, weil der/die BegleiterIn gut singen kann.

- **Das Thema – Einstieg, Bearbeitung und Vertiefung:** Der Themeneinstieg (z. B. Symbole, Provokantes, Bilder ...) soll neugierig machen auf das, was kommt. Eine gute Aufbereitung weckt das Interesse, erleichtert den Einstieg und gibt Stoff für Diskussionen.

Bei der Erarbeitung des Themas gilt: Möglichst alle sollen sich einbringen. Jeder und jede hat Erfahrungen, die er/sie mitteilen kann.

Dies gilt auch für die FirmbegleiterInnen – das Treffen „lebt“ von der Lebenserfahrung, der Mitteilung der eigenen Werte und dem jeweiligen Vorwissen. Mit den jungen Menschen können so gemeinsam Antworten gesucht werden. Es gibt keine Patentrezepte! Eine vorhergehende persönliche Auseinandersetzung der BegleiterInnen mit dem Thema erleichtert die Unterstützung in diesem Prozess. Im Behelf werden dazu am Beginn jedes Kapitels Fragen gestellt, die bei dieser persönlichen Auseinandersetzung helfen sollen.

- **Abschluss:** Die Abschlussphase fasst die inhaltliche Einheit zusammen und hilft, das Gehörte und Erlebte einzuordnen. An ihrem Ende kann ein Ritual hilfreich sein, einen Schlusspunkt für die Gruppe deutlich zu machen – auch wenn anschließend noch gespielt, getratscht, miteinander gegessen ... wird. Möglichkeiten sind ein kurzes Feedback, Kreuzzeichen, Kerze auslöschten oder ein einfacher Satz wie „Heute haben wir gut gearbeitet ...“

3. RELIGIÖSE ELEMENTE IN DER FIRMVORBEREITUNG

Und plötzlich ist sie da, die peinliche Stille, wenn es vor oder nach dem Treffen heißt: „Wollen wir noch beten?“, „Beten wir zum Abschluss noch miteinander.“

Beten und religiöse Elemente auf Abruf oder ohne entsprechende Hinführung sind ein gewagtes Unternehmen. Und doch steckt eine enorme Kraft im Gebet, die es zu entdecken lohnt. Um Berührungsängste der Jugendlichen abzubauen und eine gewisse Vertrautheit mit religiösen Elementen zu schaffen, braucht es ein Gespür für den richtigen Zeitpunkt (am Anfang und Ende der Einheit passt es nicht immer automatisch) sowie anfangs kreative und kurze Elemente.

- **Fordern, nicht überfordern:** Gerade beim Gebet ist es besonders wichtig, die Aufnahmefähigkeit der einzelnen Jugendlichen und der gesamten Gruppe im Blick zu haben. Überforderung oder zu hohe Erwartungen sind hier unangebracht, weil sie den Jugendlichen einen freudvollen Zugang zum Gebet bzw. zu spirituellen Elementen versperren. Beim Einsatz von Texten ist weniger oft mehr.

- **Atmosphäre schaffen – mit jugendlicher Ästhetik:** Beim Beten kommt es auch auf die richtige Stimmung an. Das Abdunkeln des Raumes, eine Kerze, Weihrauch, ruhige Musik, das Anschlagen einer Klangschale – all das kann zu einer positiven Atmosphäre beitragen. Die Beteiligung der Jugendlichen bei der Gestaltung einer liturgischen Feier wirkt Wunder.

Jugendliche haben ihre eigene Ästhetik und nehmen diese sehr ernst. Wird diese Schiene des Zugangs ausgelassen, fällt es Jugendlichen meist schwer, sich auf (noch so gute) Inhalte einzulassen.

Ein Ortswechsel – etwa in die Kirche, eine Kapelle oder ins Freie zu einem „Marterl“ – kann bisweilen die Bereitschaft zum Gebet unterstützen.

- **Lebensweltlicher Bezug:** In der Regel wird ein Gebet die Jugendlichen eher ansprechen, wenn es gelingt, darin einen Zusammenhang mit ihren Wünschen, Ängsten, Fragen und Bedürfnissen herzustellen. Dabei spielt eine jugendgerechte Sprache eine große Rolle. Bei traditionellen Gebetsformen (z. B. Rosenkranzgebet) bedarf es jedenfalls einer guten „Übersetzungsarbeit“.
- **Ganzheitlichkeit:** Grundsätzlich gilt: Je abwechslungsreicher ein Gebet gestaltet wird, desto eher wird es gelingen, möglichst viele Jugendliche anzusprechen und sie auch über die Firmvorbereitung hinaus für den Schatz des Betens zu sensibilisieren. Besonders bieten sich Methoden an, die die Jugendlichen zum Mittun einladen und dennoch niederschwellig sind. Nicht jede Methode (z. B. Lieder, liturgische Tänze ...) passt für jede Gruppe!

In den verschiedenen Kapiteln finden sich Vorschläge für spirituelle Elemente.

4. WAS TUN, WENN ES NICHT LÄUFT?

Regeln vereinbaren – Grenzen setzen – großzügig sein

Wer kennt das nicht? Firmlinge erscheinen trotz gemeinsam vereinbarter Regeln unpünktlich zu den Treffen, müssen oft früher die Gruppe verlassen oder kommen überhaupt nicht. Wer hat sich nicht schon einmal über Einzelne geärgert, die ständig destruktiv agieren, die sogar ab und zu die Stunde „kippen“ lassen? Wie gehe ich als BegleiterIn, wie gehen wir als Firmteam damit um? Wie schaffe ich ein Klima, in dem Austausch und Diskussion möglich ist? Wie reagiere ich auf Regelbrüche?

Auf diese Fragen und Störungen gibt es keine Patentrezepte, aber nützliche Hinweise, wie die geschilderten Situationen gut bewältigt werden können.

- **Vor dem Start:** Bereits vor dem Arbeitsbeginn mit den Jugendlichen grundlegende Regeln im Firmteam ausmachen und diese den Firmlingen mitteilen. Wie „hart“ oder „weich“ diese Regeln dann gehandhabt werden, ist vom Team je nach Situation zu beurteilen.
- **Keine Konfrontationen vor der Gruppe:** Vermeide eine Konfrontation vor der Gruppe. Besser ist es, den Konflikt in einem Vieraugengespräch anzusprechen: „Du hast gefehlt/gestört/kommst immer wieder zu spät ... ich möchte mit dir darüber reden.“ Dadurch verliert der Firmling nicht sein „Gesicht“ und fühlt sich von dem/der BegleiterIn ernst- und wahrgenommen.

- **Grenzen ansprechen:** Grenzen, die von einem Firmling überschritten wurden, werden unmissverständlich benannt – „Achtung Grenzverletzung!“ Der/die Jugendliche soll gemeinsam mit dem/der BegleiterIn eine Lösung finden: „Ich habe dich gerne in der Gruppe, denn du bist ein lebhafter Junge und das tut der Gruppe gut. Aber in letzter Zeit war mir deine Lebendigkeit zu viel und ich habe den Eindruck, dass die Gruppe darunter gelitten hat. Wie siehst du das?“

Thema: Ausschluss aus der Firmvorbereitung?

Ein sensibles und kontrovers diskutiertes Thema ist der mögliche Ausschluss eines Firmlings z. B. wegen ständiger Abwesenheit. Hier stehen sich die **Theologie der Firmung** (Firmung ist Geschenk und Gnade und es benötigt dafür keine Vorleistung) – und die **pädagogische Praxis** (Wenn Grenzen überschritten werden, muss das Konsequenzen haben) gegenüber. Dieses **Dilemma** zu lösen, ist nicht einfach. Folgende Überlegungen können eventuell weiterhelfen:

- Es ist hilfreich, wenn mögliche Reaktionen schon im Vorfeld durch die BegleiterInnen besprochen und entschieden werden. Der Begleiter, die Begleiterin kann sich im Bedarfsfall auf diese Entscheidungen berufen.
- Bevor mit der „Ausschlusskeule“ gedroht wird, ist es sinnvoll, das Gespräch zu suchen und einen Weg zu finden, der für alle Beteiligten – auch die anderen Firmlinge – angemessen erscheint: z. B. durch das Nachholen versäumter Einheiten in einem Einzeltreffen mit einer für die Firmvorbereitung verantwortlichen Person.

- Es kann durchaus kommuniziert werden, dass niemand gefirmt werden muss und dass die Firmung auch verschoben werden kann: „Wenn derzeit andere Aktivitäten Vorrang haben – und das ist auch in Ordnung –, ist es eine Möglichkeit, wenn du die Firmung und die Vorbereitung auf nächstes Jahr verschiebst. So vermeidest du die ständigen Terminüberschneidungen und kannst dich auf das konzentrieren, was dir derzeit wichtig ist.“
- Ein endgültiger Ausschluss/Aufschub sollte nur dann erfolgen, wenn der Firmling von sich aus nicht gefirmt werden möchte.
- ... und warum sollte entgegen aller scheinbaren pädagogischen Logik von einem Ausschluss/einer Verschiebung nicht generell abgesehen werden, da Gottes Geist Gnade und Geschenk und nicht verdienbar ist?
- Sehr oft wissen wir nicht, was im Leben eines Firmlings gerade vor sich geht ...

Entlastung: Es gibt Situationen, die im Rahmen der Firmvorbereitung nicht lösbar sind.

5. AKTIVIERENDE ÜBUNGEN

Manchmal sind es keine großen Probleme, warum ein Treffen nicht ins Laufen kommt und sich mühsam dahinzieht. Mögliche Ursachen sind Unkonzentriertheit, Müdigkeit, Schulstress, Wetterfühligkeit ...

Folgende aktivierende Übungen können helfen, Energien in die Gruppe zu bringen und den Bewegungsdrang der Jugendlichen zu stillen.

Hier drei „wirksame“ Übungen, weitere sind im Web unter www.firmung.at zu finden:



1. EINS – ZWEI – DREI

Beschreibung

Die Firmlinge bilden Paare und stellen sich gegenüber auf. Dann wird in einer ersten Runde abwechselnd und wiederholend von 1 bis 3 gezählt (Firmling A: „1“, Firmling B: „2“, Firmling A: „3“, Firmling B: „1“ ...); Anschließend wird in der zweiten Runde die Eins von beiden durch ein je unterschiedliches Zeichen (am Ohr zupfen, klatschen, um die eigene Achse drehen ...) ersetzt. Dann wird wieder von 1 bis 3 gezählt, wobei jetzt aber die Eins nicht mehr gesprochen, sondern nur mehr mit dem Zeichen dargestellt wird. Die Zahlen 2 und 3 werden weiterhin ausgesprochen. Nach dieser Runde wird nun auch die Zwei durch ein Zeichen ersetzt, bis schließlich in der dritten Runde nur mehr mit Hilfe von Zeichen gezählt und nicht mehr gesprochen wird.

Infobox

Dauer 10 min

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung *

Material keines



Film/Foto

behelf.firmung.at/9967

2. DAS BLATT WENDEN

Beschreibung

Die Gruppe versucht, eine Decke/Plane, die gerade so groß ist, dass alle darauf Platz finden, zu wenden. Während des Wendevorganges darf niemand die Plane verlassen oder den Boden neben der Plane berühren. Berührt doch jemand den Boden, muss die Anfangssituation wieder hergestellt werden.

Variante

Die Plane, auf der die Gruppe steht, muss einmal, zweimal ... „wie oft schafft es die Gruppe?“ ... zusammengelegt, d. h. immer wieder halbiert, werden. Ansonsten gelten die Regeln wie oben beschrieben.

Infobox

Dauer 10 min

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung *

Material unzerreißbare Decke, Abdeckplane



Film/Foto

behelf.firmung.at/2130

3. DAUMENDUELL

Beschreibung

Die Firmlinge bilden Paare und geben sich die rechte Hand. Beide halten sich an den abgewinkelten Fingern der rechten Hand und strecken ihre Daumen nach oben. Auf ein Zeichen beginnt das Duell: Jeder Daumen versucht den anderen Daumen niederzudrücken. Dabei genügt ein kurzes, eindeu-

tiges Fixieren des Daumens als Kriterium über Sieg oder Niederlage. Es wird auf drei „Siege“ gespielt.

Variante

Doppel-Daumenduell: Die TeilnehmerInnen stehen sich gegenüber und geben sich überkreuzt beide Hände. Das Duell erfolgt mit beiden Händen gleichzeitig.

Infobox

Dauer 5 min

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung *

Material keines

WEITERE ÜBUNGEN IM WEB



Zusatz

behelf.firmung.at/7366



„Das erste Mal“

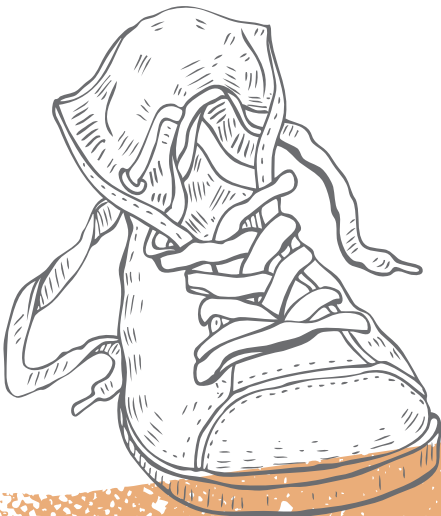
Die Gruppe lernt laufen

Jeder Weg beginnt mit dem ersten Schritt.

K1 – „DAS ERSTE MAL“

Das erste gemeinsame Treffen stellt eine Herausforderung an alle Beteiligten dar. Es ist geprägt von Unsicherheiten auf beiden Seiten.

- 1 Wie wird's mir in dieser Gruppe gehen?
- 2 Was erwartet mich, was muss ich tun?
- 3 Das gegenseitige Abtasten geschieht weitgehend unbewusst und sollte bei diesem Treffen zur Sprache kommen.
- 4 Gemeinsam vereinbarte Regeln schaffen Orientierung und geben Sicherheit
- 5 An die erste Einheit sind keine zu hohen Erwartungen zu stellen. Ein gewisser „Erfolg“ besteht schon darin, wenn kleine Aufgaben gemeinsam gelöst werden.



Reflexionsfragen

- Wie geht es mir, wenn ich in eine neue Gruppe komme?
- Welche Rolle nehme ich in Gruppen gerne ein und welche Rollen kenne ich von anderen?
- Wie „nervös“ bin ich/sind die Jugendlichen vor der ersten Firmstunde?
- Mit welchen Erwartungen kommen die Firmlinge?
- Woran erinnerst du dich, wenn du an die erste Firmstunde deiner eigenen Firmvorbereitung denkst?



EINSTIEG

Das Kennenlernen ist eine wichtige Phase. Selbst wenn Jugendliche sich schon kennen, sollte dieser Abschnitt nicht entfallen – man trifft sich in der Firmgruppe unter anderen Vorzeichen, in einer anderen Umgebung ...

1. „VIELE, VIELE BUNTE SMARTIES“

Grundsätzliches

Einfache Kennenlernmethode mit Überraschungseffekt; auch für Jugendliche, die sich schon kennen.

Beschreibung

Der/die FirmbegleiterIn lässt eine Packung Smarties oder Gummibärchen die Runde machen. Die Bedingungen werden zuvor erklärt: Jede/r darf sich so viele Süßigkeiten nehmen, wie er/sie will, aber der Inhalt der Packung muss für alle reichen.

Erst nachdem jeder und jede die Süßigkeiten in den Händen hält, folgt die nächste „Aufgabe“: Pro Stück Smartie/Gummibärchen muss/darf der Firmling ein Detail seines Lebens vorstellen.

Infobox

Dauer 15–25 min (ca. 2 min pro Person einplanen)

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung *

Material Smarties oder Gummibärchen

2. AUFSTELLÜBUNG

Grundsätzliches

Kennenlernmethode, die aktiviert und ohne großen Aufwand an vielen Orten durchführbar ist.

Beschreibung

Die Firmlinge bekommen die Aufgabe, sich nach gewissen Kriterien in der richtigen Reihenfolge aufzustellen: z. B. alphabetisch nach dem zweiten Buchstaben des Vornamens, nach Geburtstag, nach Schuhgröße, alphabetisch nach dem Vornamen des Taufpaten/Taufpatin ...

Variante

- 1 Gleicher Aufbau wie oben, aber es darf nicht gesprochen werden.
- 2 Den Firmlingen werden die Augen verbunden. Der/die FirmbegleiterIn flüstert jedem/jeder eine Zahl ins Ohr – Firmling A: Zahl 2, Firmling B: Zahl 3, Firmling C: Zahl 5, Firmling D: Zahl 6 usw. Nun darf nicht mehr gesprochen werden. Die Firmlinge müssen sich durch eine andere Form von Kommunikation in der richtigen Reihenfolge aufstellen.



Foto: KJ Oberösterreich

- 3 Die ganze Übung muss auf Stühlen (einer Langbank, einem Holzstamm etc.) stehend absolviert werden, ohne den Boden zu berühren. Dazu müssen die Stühle eng im Kreis oder in einer Linie aufgestellt werden. Stabile Stühle nehmen!

Infobox

Dauer 15 min

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung *

Material eventuell Augenbinden

mit eigenen originellen und aussagekräftigen Beispielen als Erste/r vor – dann werden die Vorstellungen der Firmlinge auch interessanter.

Infobox

Dauer 3 min pro Firmling bzw. bei Variante dementsprechend länger

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung *

Material für die Variante Zeichenblätter und Stifte für Wappen

3. ZWEI WAHR, EINS GELOGEN

Grundsätzliches

Dieses Spiel eignet sich sowohl dazu, sich in der Gruppe (besser) kennen zu lernen als auch Aussagen über sich selbst zu treffen.

Beschreibung

Die Firmlinge überlegen sich drei Aussagen über sich selbst, zwei davon müssen wahr sein, eine ist gelogen. Mögliche Bereiche: Hobbys, Familie, Lieblingssessen, Reisen, Herkunft, besondere Erlebnisse. Der Reihe nach stellt sich so jede/r vor, die restlichen Gruppenmitglieder versuchen zu erraten, was nicht stimmt.

Variante

Lügenwappen: Jede/r TeilnehmerIn gestaltet ein Wappen, in dem drei Felder Eigenschaften oder Hobbys darstellen, die zutreffen. In eines der vier Felder wird eine Eigenschaft ... gemalt, die nicht zutrifft. Anschließend wird das Wappen der gesamten Gruppe möglichst glaubhaft vorgestellt. Die Gruppe muss erraten, welche der Eigenschaften nicht zutrifft.

Tipps/Achtung

Am besten stellst du dich als FirmbegleiterIn

VERTIEFUNG

Diese Phase des Firmtreffens dient sowohl der Klärung der Erwartungen von beiden Seiten, dem gemeinsamen Erstellen von Regeln als auch einem ersten Versuch, etwas gemeinsam zu gestalten.

1. WUNSCHBAUM UND MISTKÜBEL

Grundsätzliches

Firmlinge und BegleiterInnen kommen mit bestimmten Erwartungen und Befürchtungen zum ersten Treffen. Wenn diese anonym geäußert werden, können Missverständnisse und Fragen geklärt werden.

Beschreibung

Die Firmlinge formulieren ihre Erwartungen und Befürchtungen bzgl. Firmvorbereitung und Gruppe auf kleinen Papierstreifen. Die Erwartungen werden anonym abgegeben. Positive Erwartungen werden auf einen Baum (Topfpflanze, Ast ...) aufgehängt, die negativen in einen Mülleimer geworfen. **Beim**

Auswerten wird mit dem Mistkübel begonnen.

Tipps/Achtung

Die Firmlinge bekommen den Auftrag, ihre Erwartungen möglichst konkret zu formulieren: „Spaß“ ist z. B. zu allgemein, eine Schneeballschlacht wäre schon deutlicher.

Infobox

Dauer 15 min

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung *

Material „Wunschbaum“, Mülleimer, Papierstreifen, Stifte

2. MOONBASE – STOFF FÜR DIE GRUPPE

Grundsätzliches

Anhand des Symbols des lebenswichtigen Sauerstoffs werden mit dieser Übung die für eine Gruppe lebensnotwendigen Regeln erarbeitet.

Regeln schaffen Vertrauen, geben eine Struktur vor und vor allem: Sie sind ein Einüben in das große Thema – wie können wir in Frieden und gegenseitigem Respekt miteinander umgehen?

Beschreibung

Die Gruppe steht in einem abgegrenzten Feld, der sogenannten Moonbase. In unterschiedlichsten Entfernungen zur Gruppe sind Sauerstoffreserven (Bausteine) „sichtbar versteckt“. Alle Sauerstoffreserven müssen nun von der Gruppe innerhalb einer bestimmten Zeit in die Moonbase gerettet werden, damit sie ausreichend mit Sauerstoff versorgt bleibt.

Die Sauerstoffreserven sind A4-Blätter, auf denen jeweils eine Gruppenregel, die von



Foto: KJ Oberösterreich

den BegleiterInnen vorgegeben wird, steht (Handy aus, Pünktlichkeit, Entschuldigung bei Verhinderung, aktive Teilnahme, kein Weitertratschen von persönlichen Aussagen ...). Drei dieser Blätter sind unbeschriftet und werden im Zuge der Reflexion von den Firmlingen mit Regeln beschriftet, die der Gruppe wichtig sind.

Dabei gelten folgende Vorschriften: Die Gruppe darf immer nur einen Sauerstofftank bergen und hat pro Versuch nur eine Minute Zeit. Insgesamt hat die Gruppe um drei bis vier Versuche mehr, als es der Anzahl nach Reserven zu bergen gilt.

Die Gruppe muss während der Bergearbeit immer den Kontakt zur Moonbase halten. Dazu darf der Körperkontakt zwischen den Personen auch während der Bergung nicht abreißen.

Anmerkung

Die Bausteine müssen für die Gruppe erreichbar sein können, wenn sie sich in Hand-

fassung hält oder auch anders im Körperkontakt bleibt. Als Richtmaß für die maximale Entfernung nimmt man ca. 2 m pro Person als Abstand an. Merkt man während des Spielverlaufes, dass die Bausteine zu weit oder zu nahe beisammen liegen, müsste man diese noch einmal verändern. „Kosmische Strömungen“ verändern die Lage der Sauerstoffreserven.

Variante

Die chinesische Parabel „Das Fest konnte nicht stattfinden“ (siehe unten) wird vorgelesen und anschließend werden bunte, aus Papier ausgeschnittene Flaschenumrisse mit notwendigen Regeln beschriftet, damit eine angenehme gemeinsame Vorbereitungszeit stattfinden kann.

Das Fest kann nicht stattfinden

Da sollte irgendwo in China oder Indien ein großes Fest stattfinden. Ein Hochzeitsfest. Aber das Brautpaar war sehr arm. Darum hatten sie auf die Einladungen geschrieben, jeder solle bitte eine Flasche Reiswein mitbringen und am Eingang in ein großes Fass schütten. So sollten alle zu einem frohen Fest beitragen. Als alle versammelt waren, schöpften die Serviererinnen aus dem Fass. Und wie sie zum Wohl des jungen Brautpaares anstoßen und trinken, da versteinern alle Gesichter: Denn jeder hatte nur Wasser im Glas. Jetzt bereute wohl jeder seine Überlegung: „Ach, die eine Flasche Wasser, die ich hineingieße, wird niemand merken!“ Aber leider hatten alle so gedacht. Alle wollten auf Kosten der anderen mitfeiern. Und so konnte das große, schöne Fest nicht stattfinden!

Quelle: unbekannt

Infobox

Dauer 30 min Spielverlauf + 15 min Reflexion + Regelerstellung

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung * *

Material Uhr, Ziegelsteine od. Holzstücke, evtl. Seil zum Auflegen einer Moonbase, evtl. Hindernisse, Maßband, für die Variante Flaschenumrisse aus Papier

Ort Größerer Raum bzw. Wohnung, Outdoor



Film/Foto

behelf.firmung.at/4810

3. SYMBOLSPAZIERGANG

Grundsätzliches

Natur erleben, Kreativität. Zusammenspiel und Hinführung zum Symbolverständnis – in dieser Übung ist von all dem etwas zu finden.

Beschreibung

Nach einem kurzen Kennenlernspiel machen sich die Firmlinge zu einem Spaziergang im nahen Park oder Wald auf. Jede/r sucht sich Dinge aus der Natur, die etwas mit einem selbst zu tun haben. Zurück im Gruppenraum oder Haus (auch ein Treffpunkt in der Natur ist möglich) werden die gesammelten Schätze den anderen vorgestellt und so ein Stück eigenes Ich präsentiert. Anschließend werden die Symbole in der Mitte drapiert und eventuell in „künstlerischer“ Anordnung fixiert – ein Gruppensymbol ist entstanden!

Variante

- 1 Symbole können auch in der Wohnung gesucht werden, z. B. Polster für das „Gerne-

Träumen“, Spiegel für „leichte Eitelkeit“, Handy für Kontaktfreudigkeit etc.

- 2 Auch in der Stadt finden sich Symbole, die aber meist nicht so leicht mitzunehmen sind – hier kann man auf von den Firmlingen selbst gemachte Fotos zurückgreifen.
- 3 Der/Die FirmbegleiterIn kann auch Bilder (besondere Naturaufnahmen etc.) auflegen und die Firmlinge wählen unter diesen.

Infobox

Dauer 30–45 min

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung *

Material Decke, Tuch oder ähnliche Unterlage für das Gruppensymbol

ABSCHLUSS

1. SCHRITTKREIS

Grundsätzliches

Eine einfache und dennoch herausfordernde Übung mit dem Ziel, sich selbst und die anderen Gruppenmitglieder besser wahrzunehmen.

Beschreibung

Die Personen stellen sich Schulter an Schulter (also relativ eng) in einem Kreis auf. Dann machen alle einen Schritt mittlerer Größe nach außen, sodass jetzt ein größerer, ebenfalls konzentrischer Kreis entsteht.

Ziel der Übung ist es, dass am Ende wieder alle in der Ausgangsposition (Schulter an Schulter) stehen. Es gibt drei Regeln für den Schritt hinein in den Ausgangskreis:



Foto: Stefan Schöttl

Es darf jeweils nur eine Person einen Schritt in die Mitte gehen, niemals zwei zur gleichen Zeit. Bewegen sich zwei Personen zugleich, stellen sich alle wieder im großen Kreis auf.

- 1 Alle Personen richten während der Übung ihre Blicke auf den Boden. Sie dürfen weder miteinander sprechen noch sich in die Augen schauen.
- 2 Die Gruppe darf sich vor und während der Übung nicht absprechen und die Übung nicht einfach der Reihe bzw. einem System nach durchführen.
- 3 Normalerweise braucht eine Gruppe mehrere Anläufe, um die Aufgabe zu meistern. Der / Die BegleiterIn gibt bei jedem neuen Versuch das Signal zum Starten.

Variante

Countdown: Die TeilnehmerInnen stehen mit geschlossenen Augen im Kreis und haben die Aufgabe, gemeinsam entweder von 15 bis 0 oder von 0 bis 15 zu zählen.

Als Regeln gelten: Das Zählen in der Gruppe darf weder nach einem System noch nach Absprache noch der Reihe nach durchgeführt werden. Weiters ist nicht erlaubt, dass zwei Personen gleichzeitig dieselbe Zahl nennen.

Tipps/Achtung

Wenn die Übung nicht gelingt, kann der Gruppe der Tipp gegeben werden, langsamer zu handeln bzw. der/die BegleiterIn drückt auch einmal alle „Hühneraugen“ zu.

Infobox

Dauer 10 min

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung *

Material keines



Film/Foto

behelf.firmung.at/3303

bringsel“ etwas zum gemeinsamen Essen beitragen.

Den Schlusspunkt der Stunde bildet dann der Thai-Schrei, um noch einmal die ganze Gruppenenergie zu bündeln.

Die Gruppe steht im Kreis. Gemeinsam dreimal tief einatmen und ausatmen, beim dritten Mal Ausatmen mit einem Schritt und einem lauten „Thai“ in die Mitte.

(Kann auch ein Hey oder Ho sein)

Infobox

Dauer 30–45 min

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung *

Material keines



Film/Foto

behelf.firmung.at/1370

2. MAHLZEIT UND THAI-SCHREI

Grundsätzliches

Nicht umsonst hat Jesus immer wieder mit verschiedenen Menschen gegessen! Essen verbindet, schafft eine Atmosphäre, in der ungezwungen das Treffen abgeschlossen werden kann.

Beschreibung

Wir beenden das Treffen mit einer gemeinsamen Jause. Jede/r kann durch ein „Mit-

LITURGISCHER ABSCHLUSS: SONNENWÜNSCHE

Grundsätzliches

Einfacher und stimmungsvoller Abschluss

Beschreibung

Um eine brennende Kerze (oder um das gerade entstandene Gruppensymbol) legt der/die FirmbegleiterIn Sonnenstrahlen auf, auf deren Rückseite Wünsche für die Jugendlichen stehen.

Anschließend liest der/die FirmbegleiterIn die Bibelstelle vom Licht der Welt und Salz der Erde vor (Mt 5,13–16). Mit der Deutung, dass wir alle Licht für unsere Mitmenschen und Umwelt sind und dass Gott uns mit seiner Liebe für diese Aufgabe stärkt, werden die Firmlinge

eingeladen, sich einen Sonnenstrahl, eine Zusage Gottes, aus der Mitte zu nehmen.
Wer will, kann den Text, den Wunsch auch der Gruppe vorlesen.

Infobox

Dauer 15 min

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung * *

Material Sonnenstrahlen mit Zusprüchen, Bibel, Kerze

ABLAUFVARIANTEN

MODELL 1

- Viele, viele bunte Smarties
- Moonbase
- Mahlzeit und Thai-Schrei

MODELL 2

- Aufstellung
- Wunschbaum und Mistkübel
- Variante Moonbase: Gruppenregeln
- Schrittkreis

MODELL 3

- Zwei wahr, eins gelogen
- Variante Moonbase: Gruppenregeln
- Symbolspaziergang
- Sonnenwünsche



WEITERE ÜBUNGEN IM WEB



Zusatz

behelf.firmung.at/4189

Leben in Beziehungen

Am Du zum Ich werden

*Gestern wollte ich mich selber besuchen,
leider war ich nicht daheim.*

Karl Valentin

K2 – LEBEN IN BEZIEHUNGEN

Warum wird eine ganze Einheit in der Firmvorbereitung dem Thema „Beziehungen“ gewidmet?

Um überhaupt eine Gottesbeziehung aufbauen zu können, brauchen wir die Erfahrung von gelingenden, liebevollen Beziehungen unter uns Menschen. Gerade in Beziehungen zu anderen können wir den Geist Gottes erfahren.

Im Jugendalter wird diese Beziehung zu anderen neu erlebt. Jugendliche stellen sich Fragen wie: Wer bin ich? An welchen Vorbildern orientiere ich mich? Und besonders: Wie sehen mich die anderen?

FirmbegleiterInnen können ihnen in dieser Zeit zusprechen:

„So wie du bist, hat Gott dich gewollt, bist du o. k.“ So können Jugendliche stark fürs Leben und für Beziehungen werden.

Reflexionsfragen

- Wie lange hältst du es alleine aus?
- Was macht dich zu einem guten Freund/einer guten Freundin?
- Wie wichtig ist es dir, wie andere dich sehen?
- Hast du dir schon einmal Gedanken über deine Gottesebenbildlichkeit gemacht?



EINSTIEG

In der Anfangsphase geht es um ein behutsames Hinführen an die Themen „Nähe und Distanz“, „Selbst- und Fremdwahrnehmung“, „Offenheit und Bei-sich-Bleiben“.

1. SCHATTENGEHEN

Grundsätzliches

Diese auflockernde Übung schafft rasch Beziehungsbrücken. Sie ist zudem ein guter Einstieg in die weiterführenden Vertrauensübungen dieses Kapitels.

Beschreibung

Es werden Zweiergruppen gebildet. Ein Jugendlicher folgt einem anderen in exakt derselben Art, Bewegung, Schnelligkeit ... Nach ca. 2–3 Minuten kommt es zum Wechsel. Anschließend werden die Paare noch einmal neu gemischt.

Im Anschluss an die Übung tauschen sich die Jugendlichen zuerst untereinander und dann im Plenum über ihre Erfahrungen aus.

Reflexionsfragen

- Was war herausfordernd an der Übung?
- Was hat dir gut getan? Was hat zum Gelingen beigetragen?
- Kennst du ähnliche Situationen aus deinem Leben? Welche?

Tipps/Achtung

Auf Freiwilligkeit achten!

Infobox

Dauer 10–15 min

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung * *

Material keines

2. GUMMIBÄRCHENSPIEL

Grundsätzliches

Eine spielerische, niederschwellige Form, sich der eigenen Person anzunähern und gleichzeitig etwas von sich zu erzählen.

Beschreibung

Jeder Firmling sucht sich eine Spielfigur aus und stellt die Spielfigur auf ein beliebiges Feld eines Spielfeldes (siehe Material). Nun wird reihum gewürfelt und die Figuren der Würfelaugenzahl gemäß weitergerückt. Kommt die Spielfigur auf einem Feld zu stehen, auf dem bereits eine Figur steht, so zieht jene/r SpielerIn, die gewürfelt hat, eine Fragekarte und befragt den/die SpielerIn der benachbarten Spielfigur (Beispielfragen: Was ist dir in einer Freundschaft besonders wichtig? Was ist dein Lieblingsessen? Was findest du schön an dir, an deinem Körper?)



Die Person, die die Frage beantwortet hat, erhält für die Antwort ein Gummibärchen. Stehen mehrere SpielerInnen auf einem Feld, dann wird dieselbe Frage allen gestellt. Wird eine Sechse gewürfelt, darf die Person, die gewürfelt hat, eine Fragekarte ziehen und ein beliebiges Gruppenmitglied befragen. Wenn die Lust ausgeht oder die Packung leer ist, dann ist auch das Spiel zu Ende.

Tipps/Achtung

Will ein Firmling eine Frage nicht beantworten, ist das zu respektieren und er/sie bekommt kein Gummibärchen.

Infobox

Dauer 15 min

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung **

Material ein selbst entworfenes Spielbrett oder z. B. die Vorlage von „Fang den Hut“, „Mensch ärgere dich nicht“; Kopiervorlagen im Kärtchenformat finden sich im Web, Spielfiguren, Würfel und ... ein Päckchen Gummibärchen



Ergänzendes
Material

behelf.firmung.at/9085

3. GESICHT MALEN

Grundsätzliches

Auflockernde, einfache und sehr humorvolle Übung zur Kontaktaufnahme und spielerische Vorübung zu Selbst- und Fremdwahrnehmung.

Beschreibung

Die Firmlinge sitzen sich paarweise gegenüber. Jede/r bekommt ein A4-Blatt sowie einen Flipchartschreiber oder Filzstift und kniet sich hinter ihren/seinen Sessel (Sessel unbedingt mit Lehne).

Mit einer Hand wird das Papier an der Sessellehne oben festgehalten, die andere ist frei zum Zeichnen. Die Firmlinge sehen nicht auf das (eigene) Blatt.

Dann kommt vom/von der BegleiterIn die Anweisung, das linke Ohr zu malen, den Mund, das rechte Auge ... (die einzelnen Gesichtsteile werden durcheinander angekündigt) des gegenüberknienden Jugendlichen zu zeichnen, bis alle Teile des Gesichts gemalt sind (Umriss, Haare ...). Bei der ganzen Aktion dürfen die Zeichnenden nicht auf das Papier sehen.



Foto: Stefan Schöttl

Am Ende werden die Bilder feierlich als Geschenk überreicht und als Galerie an die Wand gehängt.

Infobox

Dauer bis 10 min

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung *

Material A4-Blätter; Flipchartschreiber bzw. Filzstifte, Sessel mit Lehne



Film/Foto

behelf.firmung.at/2481

VERTIEFUNG

Durch die Übungen der Vertiefungsphase setzen sich die Jugendlichen intensiver mit ihrer eigenen Person sowie mit ihrer Rolle in einer Gruppe auseinander. Sie dürfen durchaus am Lack kratzen.

1. LABYRINTH „MEDITATION“

Grundsätzliches

Das Labyrinth ist ein Symbol des menschlichen Lebensweges: Dem verschlungenen Weg des Labyrinths zu folgen hilft, die eine oder andere Seite des eigenen Lebensweges zu entdecken. Bei dieser speziellen Übung wird der Schwerpunkt auf die Begegnungen mit Menschen und die Beziehungen zu ihnen gelegt.

Beschreibung

Das Bild vom Labyrinth für alle (A4) ausdrucken. Als Einstieg kann man den Weg zur Mitte nachfahren, dann wird der Meditationstext (siehe unten) vorgelesen, eventuell mit leiser Musikuntermalung.

An „besonderen“ Momenten ihres Lebens können die Firmlinge Symbole, die positive sowie negative Ereignisse in ihrem Leben darstellen, in ihren Lebensweg einzeichnen. Das Labyrinth kann zudem bemalt und gestaltet werden.



Highlight/tolle Erlebnisse/Menschen, mit denen mich viel verbindet



Begegnungen mit Menschen, die mich beeindruckt, geführt, gestärkt haben



Belastende Momente in meinem Leben

Im anschließenden Austausch stellt jede/r sein/ihr Kunstwerk der Gruppe vor. Die Symbole dienen als „Gesprächshilfen“, zwingen aber niemanden, mehr zu erzählen, als freiwillig gewollt wird.

Meditationstext

Es gibt nur einen kleinen Eingang ins Labyrinth. Wenn ich hineingehe, mich auf den Weg zur Mitte einlasse, geht es immer weiter. Manchmal bin ich der Mitte ganz nahe, dann führt mein Weg wieder nach außen, scheinbar weg vom Ziel. Aber wenn ich geduldig weitergehe, komme ich an. Es gibt keine Irrwege; scheinbare Umwege bringen mich doch vorwärts, ans Ziel. Ich bin unterwegs auf meinem Lebensweg ...

Wohin will ich denn? Welches sind Lebensziele für mich, für die es sich zu leben lohnt? Welches Ziel verfolge ich gerade jetzt? Was ist meine Mitte?



Foto: Hannes Wechner

Variante

Wer ein Labyrinth in seiner Nähe hat bzw. selbst eines legen will, kann diese Übung auch im Freien bzw. in einem größeren Raum durchführen. In diesem Fall werden den Firmlingen Kopien mit den Symbolen mit auf den Weg gegeben.

Tipps/Achtung

Ein Labyrinth selbst zu bauen, erfordert einiges an Zeit.

Infobox

Dauer 30–40 min

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung **

Material Labyrinthvorlagen, Malstifte



Ergänzendes
Material

behelf.firmung.at/1762

2. PAPIERSACK-ICH

Grundsätzliches

Wie präsentiere ich mich nach außen? Was behalte ich für mich oder teile ich nur mit sehr vertrauten Menschen?

Mit diesen Fragen beschäftigen sich die Firmlinge auf kreative Art und Weise.

Beschreibung

Jede/r erhält einen unbedruckten Papiersack und stellt sich vor, die Außenseite sei jene Seite der eigenen Person, die für andere sichtbar ist. Die Innenseite stellt den nicht sichtbaren Teil der eigenen Person dar, den kaum jemand sieht und kennt.

Mit Bildern, Worten ... gestalten, dekorieren alle zuerst die eigene Außenseite: So sehen mich die Leute bzw. das zeige ich nach außen hin; so stelle ich mich anderen gegenüber dar ... bzw. so verhalte ich mich nach außen z. B. zu Kirche und Glaube ...

In den Sack hinein werden symbolische Dinge geklebt oder gemalt, die dem inneren Wesen, den eigenen Sehnsüchten, Wünschen und Gefühlen in Bezug auf mich, meine Lebenswelten (Familie, Freunde, Glaube ...) entsprechen.

Die „Tiefe“ des Papiersacks zeigt symbolisch die „tief und verborgen“ liegenden Dinge. Jeder gestaltet den Papiersack für sich persönlich.

Tipps/Achtung

Intimsphäre unbedingt wahren!

Infobox

Dauer 15 min

Alter 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17

Vorbereitung *

Material Farben, Scheren, Schreibzeug, Uhu-Klebstoff, Papiersäcke